



行程精确 资讯贴心 双语地图

线路百搭让你7天玩转加拿大

加拿大 一周游

第2版

《亲历者》编辑部 编著

7天游遍加拿大的完美计划



29张地图 精准导航

7+1的弹性安排

点对点的交通连接

吃住购的贴心指导

最适合中国游客使用的旅行指南

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



行程精确 资讯贴心 双语地图

线路百搭让你7天玩转加拿大

加拿大 一周游

第2版

《亲历者》编辑部 编著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

加拿大一周游 / 《亲历者》编辑部编著. --2 版. --北京 :
中国铁道出版社, 2016.5

(亲历者)

ISBN 978-7-113-21527-9

I. ①加… II. ①亲… III. ①旅游指南—加拿大 IV. ①K971.19

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第048645号

书 名: 加拿大一周游 (第2版)

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 孟智纯

编辑助理: 杨 旭

版式设计: 戴立志

责任印制: 赵星辰

出版发行: 中国铁道出版社 (北京市西城区右安门西街8号 邮码: 100054)

印 刷: 北京顶佳世纪印刷有限公司

版 次: 2015年2月第1版 2016年5月第2版 2016年5月第1次印刷

开 本: 660mm×980mm 1/16 印张: 15 字数: 350千

书 号: ISBN 978-7-113-21527-9

定 价: 48.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书, 如有印制质量问题, 请与本社读者服务部联系调换。

电话: 市电 (010) 51873170 路电 (021) 73170 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电 (010) 51873659 路电 (021) 73659



目录

CONTENTS



导读：畅游加拿大，只需一周 008-049

计划

010-018

一周时间能去哪	010
一周需要多少钱	012
一周如何自助游	014
一周如何自驾游	015
一周如何跟团走	017

准备

019-025

3个月前需要做哪些准备	019
1个月前需要做哪些准备	022
7天前需要做哪些准备	023

出发

026-032

确认行李清单	026
安装实用APP	028
收藏必用网站	030
保存求助电话	030
掌握入境技巧	031

到达

033-047

在加拿大吃什么	033
在加拿大住哪里	036
在加拿大怎样出行	039
在加拿大游哪里	040

在加拿大买什么	042
在加拿大怎样娱乐	044
应急	045

返回

048-049

行李邮寄	048
前往机场	049
离境手续	049



Part1:安大略湖一周游 050-133

安大略湖周边印象	052
推荐行程	054
最佳季节	056

最佳季节所需衣物	056
----------	-----

安大略湖路线：多伦多—尼亚加拉—渥太华6天6夜游	058
--------------------------	-----

到达多伦多	059
-------	-----

通航城市	059
------	-----

如何到市区	061
-------	-----

多伦多3日行程

061-079

🔥 多伦多新旧市政厅	064
🔥 唐人街	066
🔥 小意大利区	066
🔥 韩国城	067
🔥 安大略省皇家博物馆	067



🔥 多伦多大学	068
🔥 冰球名人堂	070
🔥 古酿酒厂区	071
🔥 港前区	072
🔥 加拿大国家电视塔	073
🔥 罗杰斯中心	074
🔥 多伦多动物园	076
🔥 安大略科学中心	077
🔥 卡萨罗马古堡	078
如果多待一天	079
多伦多住行攻略	084
从多伦多至尼亚加拉	087
到达尼亚加拉	089
如何到景区	089

尼亚加拉1日行程 091-099

🔥 柯尼卡美能达塔	094
🔥 岩石瞭望台	095
🔥 斯奇隆塔	096
🔥 克利夫顿山	097
🔥 鸟类王国	097
🔥 彩虹桥	098
🔥 “雾中少女”号	098
如果多待一天	099
专题：尼亚加拉葡萄酒之旅	103
尼亚加拉住行攻略	106
从尼亚加拉至渥太华	108

到达渥太华	111
如何到市区	111

渥太华2日行程 112-123

🔥 加拿大国会大厦	114
🔥 加拿大国家艺术中心	114
🔥 加拿大国家美术馆	116
🔥 加拿大文明博物馆	116
🔥 加拿大战争博物馆	119
🔥 加拿大皇家造币厂	119
🔥 劳里埃故居	121
🔥 加拿大航空博物馆	121
🔥 里多公馆	122
如果多待一天	123
渥太华住行攻略	126

时间改变	128
时间延长	128

去魁北克城玩2天 128-129

🔥 芳堤娜城堡	128
🔥 星形城堡	129
🔥 小尚普兰街	129
时间缩短	130

去金斯顿玩1天 130-131

🔥 千岛湖	130
🔥 女王大学	131
专题：枫叶走廊自驾游	132





Part2:落基山脉一周游

134-191

落基山脉印象	136
推荐行程	138
最佳季节	139
最佳季节所需衣物	140

落基山脉路线: 温哥华—班夫—维多	
利亚6天6夜游	141

到达温哥华	142
通航城市	142
如何到市区	143

温哥华2日行程 144-153

🔥 加拿大广场	145
🔥 温哥华美术馆	146
🔥 固兰湖岛	147
🔥 温哥华博物馆	148
🔥 伊丽莎白女王公园	150
🔥 斯坦利公园	151
🔥 温哥华水族馆	152
如果多待一天	153
温哥华住行政略	156
从温哥华至班夫	158

到达班夫	161
如何到市区	161

班夫3日行程 162-174

🔥 平原印第安人勒克斯顿博物馆	164
🔥 怀特博物馆	164
🔥 洞穴与盆地国家历史古迹	165
🔥 班夫温泉城堡酒店	167
🔥 弓谷公园大道	168
🔥 露易丝湖	168
🔥 弓湖	169
🔥 冰原大道	173
🔥 阿萨巴斯卡冰川	174
如果多待一天	175
班夫住行政略	177
从班夫至维多利亚	179
到达维多利亚	180
如何到市区	181

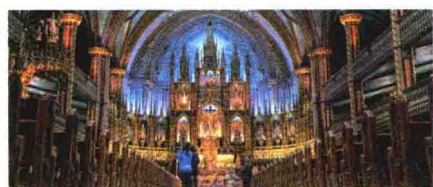
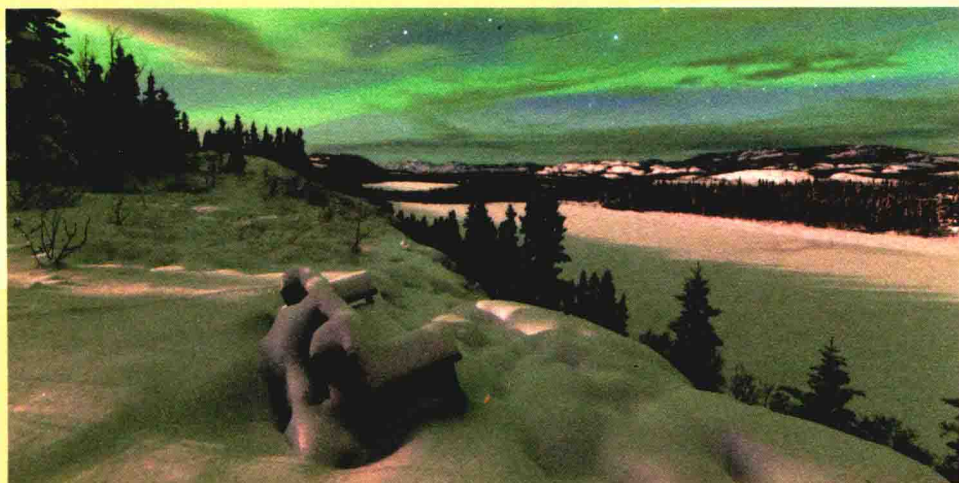
维多利亚1日行程 182-186

🔥 皇家哥伦比亚博物馆	183
🔥 布查德花园	185
如果多待一天	186
维多利亚住行政略	189
时间改变	190
时间延长	190

去纳奈莫玩1天 190

🔥 纳奈莫堡垒	190
🔥 纳奈莫博物馆	190
时间缩短	190





Part3: 北极地区一周游 192-239

北极地区印象	194
推荐行程	196
最佳季节	197
最佳季节所需衣物	198

北极地区路线：蒙特利尔—耶洛奈夫—怀特霍斯6天6夜游 199

到达蒙特利尔	201
通航城市	201
如何到市区	202

蒙特利尔1日行程 203-208

🔥 诺特鲁丹姆大教堂	204
🔥 蒙特利尔市政厅	205
🔥 蒙特利尔植物园	206
🔥 麦吉尔大学	207
如果多待一天	208
蒙特利尔住行攻略	210
从蒙特利尔至耶洛奈夫	212
到达耶洛奈夫	214

如何到市区	214
-------	-----

耶洛奈夫2日行程 214-223

🔥 北方边境游客中心	215
🔥 耶洛奈夫立法院	217
🔥 威尔士亲王博物馆	218
🔥 午夜阳光艺术店	220
🔥 极光村	222

如果多待一天	223
--------	-----

耶洛奈夫住行攻略	225
----------	-----

从耶洛奈夫至怀特霍斯	226
------------	-----

到达怀特霍斯 228

如何到市区	228
-------	-----

怀特霍斯3日行程 228-236

🔥 黑梳山神剑缆车	231
🔥 黑梳山滑雪度假村	232
🔥 S.S.克朗代克国家历史遗址	234
🔥 塔基尼温泉	235
🔥 育空旅行	236

如果多待一天	236
--------	-----

怀特霍斯住行攻略	238
----------	-----

时间改变 239

时间延长	239
------	-----

去道森市玩1天 239

🔥 道森市	239
时间缩短	239



行程精确 资讯贴心 双语地图

线路百搭让你7天玩转加拿大

加拿大 一周游

第2版

《亲历者》编辑部 编著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

加拿大一周游 / 《亲历者》编辑部编著 .--2 版 .-- 北京 :
中国铁道出版社, 2016.5

(亲历者)

ISBN 978-7-113-21527-9

I. ①加… II. ①亲… III. ①旅游指南—加拿大 IV. ①K971.19

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第048645号

书 名: 加拿大一周游 (第2版)

作 者: 《亲历者》编辑部 编著

策划编辑: 聂浩智

责任编辑: 孟智纯

编辑助理: 杨 旭

版式设计: 戴立志

责任印制: 赵星辰

出版发行: 中国铁道出版社 (北京市西城区右安门西街8号 邮码: 100054)

印 刷: 北京顶佳世纪印刷有限公司

版 次: 2015年2月第1版 2016年5月第2版 2016年5月第1次印刷

开 本: 660mm×980mm 1/16 印张: 15 字数: 350千

书 号: ISBN 978-7-113-21527-9

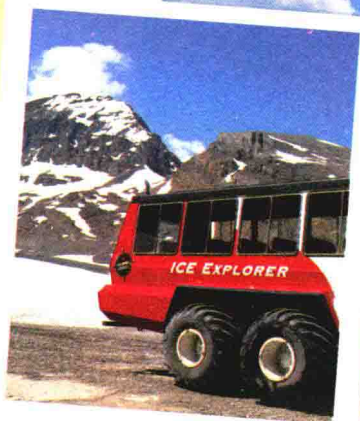
定 价: 48.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书, 如有印制质量问题, 请与本社读者服务部联系调换。

电话: 市电 (010) 51873170 路电 (021) 73170 (发行部)

打击盗版举报电话: 市电 (010) 51873659 路电 (021) 73659



前言

加拿大是世界各地的“移民者天堂”，这里最大的旅游特色是纯天然的景观和丰富多彩的户外活动。大多数游客回国前，还会购买枫糖、图腾工艺品、冰酒等作为礼物。

在加拿大，既可以背着包，用相机记录下各大著名景点，了解它们的历史文化；也可以驾驶爱车，到各大公园景区安营扎寨，享受自然与生活相融合的惬意之感；还可以全副武装，乘坐高山缆车，感受飞跃直下的刺激；更可以利用直升飞机、水上巴士、冲浪板等设备，丰富玩乐体验。

如果还是觉得不过瘾，就到飞流直下三千尺的尼亚加拉大瀑布度假，既可以欣赏瀑布动人心魄的壮观景象，又可以在水疗馆放松身心；还可以到加拿大最著名的游乐园，玩过山车、乘摩天轮、体验惊险刺激的蹦极，释放生命的激情；也可以沿着枫叶走廊自驾，沿途欣赏五彩斑斓的树叶，落叶缤纷，恍如童话之境。

在加拿大游玩期间，不仅可以品尝到地道的当地美食，还有机会品味世界各地的佳肴，有酸辣的泰式美食、浪漫的法式大餐、可口的意大利餐、精致的日本料理、素净的韩国料理，最重要的是，很多地道的中式大餐会勾起中国朋友浓郁的思乡情怀。

在加拿大出行很方便，如果想要实惠，就乘坐公交车、地铁；如果想要绿色环保，就租借自行车；如果想要方便，就租车自驾；如果想要奢华、舒适，就乘坐出租车甚至可包架直升飞机。

加拿大的国土面积非常大，如果只有一周时间，应该怎样游玩能更尽兴呢？本书以一周为周期，并以旅行者的视角，谋篇布局：开篇详细介绍旅行前的计划、准备、出发，以及返回的实用攻略；正文则分为安大略湖一周游、落基山脉一周游、北极地区一周游三部分，以旅行线路串联多伦多、尼亚加拉、渥太华、温哥华、班夫、维多利亚，以及蒙特利尔、耶洛奈夫、怀特霍斯等热门旅游目的地。由简入繁，层层剖析各条旅行线路的吃住行购等细节，并充分考虑到旅行中的吃住行等问题，制定了真正为游客着想的行程，从而使整本书具有非常高的实用价值。



目录

CONTENTS



导读：畅游加拿大，只需一周

008-049

计划

010-018

一周时间能去哪	010
一周需要多少钱	012
一周如何自助游	014
一周如何自驾游	015
一周如何跟团走	017

准备

019-025

3个月前需要做哪些准备	019
1个月前需要做哪些准备	022
7天前需要做哪些准备	023

出发

026-032

确认行李清单	026
安装实用APP	028
收藏必用网站	030
保存求助电话	030
掌握入境技巧	031

到达

033-047

在加拿大吃什么	033
在加拿大住哪里	036
在加拿大怎样出行	039
在加拿大游哪里	040

在加拿大买什么	042
在加拿大怎样娱乐	044
应急	045

返回

048-049

行李邮寄	048
前往机场	049
离境手续	049



Part1:安大略湖一周游

050-133

安大略湖周边印象 052

推荐行程 054

最佳季节 056

最佳季节所需衣物 056

安大略湖路线：多伦多—尼亚加拉—渥太华6天6夜游 058

到达多伦多 059

通航城市 059

如何到市区 061

多伦多3日行程 061-079

🔥 多伦多新旧市政厅 064

🔥 唐人街 066

🔥 小意大利区 066

🔥 韩国城 067

🔥 安大略省皇家博物馆 067



🔥 多伦多大学	068
🔥 冰球名人堂	070
🔥 古酿酒厂区	071
🔥 港前区	072
🔥 加拿大国家电视塔	073
🔥 罗杰斯中心	074
🔥 多伦多动物园	076
🔥 安大略科学中心	077
🔥 卡萨罗马古堡	078
如果多待一天	079
多伦多住行攻略	084
从多伦多至尼亚加拉	087
到达尼亚加拉	089
如何到景区	089

尼亚加拉1日行程 091-099

🔥 柯尼卡美能达塔	094
🔥 岩石瞭望台	095
🔥 斯奇隆塔	096
🔥 克利夫顿山	097
🔥 鸟类王国	097
🔥 彩虹桥	098
🔥 “雾中少女”号	098
如果多待一天	099
专题：尼亚加拉葡萄酒之旅	103
尼亚加拉住行攻略	106
从尼亚加拉至渥太华	108

到达渥太华	111
如何到市区	111

渥太华2日行程 112-123

🔥 加拿大国会大厦	114
🔥 加拿大国家艺术中心	114
🔥 加拿大国家美术馆	116
🔥 加拿大文明博物馆	116
🔥 加拿大战争博物馆	119
🔥 加拿大皇家造币厂	119
🔥 劳里埃故居	121
🔥 加拿大航空博物馆	121
🔥 里多公馆	122
如果多待一天	123
渥太华住行攻略	126

时间改变	128
时间延长	128

去魁北克城玩2天 128-129

🔥 芳堤娜城堡	128
🔥 星形城堡	129
🔥 小尚普兰街	129
时间缩短	130

去金斯顿玩1天 130-131

🔥 千岛湖	130
🔥 女王大学	131
专题：枫叶走廊自驾游	132





Part2:落基山脉一周游 134-191

落基山脉印象	136
推荐行程	138
最佳季节	139
最佳季节所需衣物	140

落基山脉路线: 温哥华—班夫—维多 利亚6天6夜游	141
------------------------------	-----

到达温哥华	142
通航城市	142
如何到市区	143

温哥华2日行程 144-153

加拿大广场	145
温哥华美术馆	146
固兰湖岛	147
温哥华博物馆	148
伊丽莎白女王公园	150
斯坦利公园	151
温哥华水族馆	152
如果多待一天	153
温哥华住行政略	156
从温哥华至班夫	158

到达班夫	161
如何到市区	161

班夫3日行程 162-174

平原印第安人勒克斯顿博物馆	164
怀特博物馆	164
洞穴与盆地国家历史古迹	165
班夫温泉城堡酒店	167
弓谷公园大道	168
露易丝湖	168
弓湖	169
冰原大道	173
阿萨巴斯卡冰川	174
如果多待一天	175
班夫住行政略	177

从班夫至维多利亚	179
到达维多利亚	180
如何到市区	181

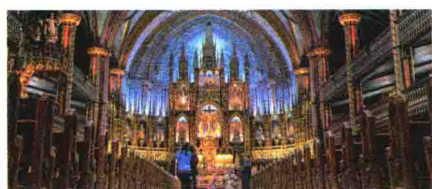
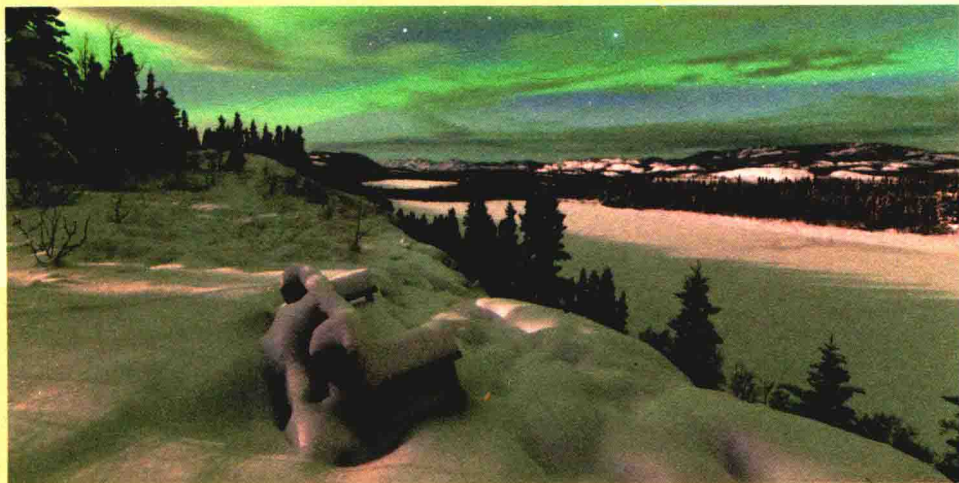
维多利亚1日行程 182-186

皇家哥伦比亚博物馆	183
布查德花园	185
如果多待一天	186
维多利亚住行政略	189
时间改变	190
时间延长	190

去纳奈莫玩1天 190

纳奈莫堡垒	190
纳奈莫博物馆	190
时间缩短	190





Part3: 北极地区一周游 192-239

北极地区印象 194

推荐行程 196

最佳季节 197

最佳季节所需衣物 198

北极地区路线：蒙特利尔—耶洛奈夫—怀特霍斯6天6夜游 199

到达蒙特利尔 201

通航城市 201

如何到市区 202

蒙特利尔1日行程 203-208

🔥 诺特鲁丹姆大教堂 204

🔥 蒙特利尔市政厅 205

🔥 蒙特利尔植物园 206

🔥 麦吉尔大学 207

如果多待一天 208

蒙特利尔住行政略 210

从蒙特利尔至耶洛奈夫 212

到达耶洛奈夫 214

如何到市区 214

耶洛奈夫2日行程 214-223

🔥 北方边境游客中心 215

🔥 耶洛奈夫立法院 217

🔥 威尔士亲王博物馆 218

🔥 午夜阳光艺术店 220

🔥 极光村 222

如果多待一天 223

耶洛奈夫住行政略 225

从耶洛奈夫至怀特霍斯 226

到达怀特霍斯 228

如何到市区 228

怀特霍斯3日行程 228-236

🔥 黑梳山神剑缆车 231

🔥 黑梳山滑雪度假村 232

🔥 S.S. 克朗代克国家历史遗址 234

🔥 塔基尼温泉 235

🔥 育空旅行 236

如果多待一天 236

怀特霍斯住行政略 238

时间改变 239

时间延长 239

去道森市玩1天 239

🔥 道森市 239

时间缩短 239



008-049



导读

畅游加拿大，
只需一周



导读 畅游加拿大， 只需一周

计划

一周时间能去哪

加拿大拥有众多旅游景点，若要把加拿大各个城市的著名景点都游遍，至少需要1个月的时间。因此，用1周时间游遍加拿大不太现实，但是，若合理地安排行程，用1周时间足以将加拿大的热门旅游城市及著名景点玩遍。加拿大的多伦多、温哥华和渥太华都是必游地，适合旅游的区域有落基山脉大型国家公园、安大略湖周边数城以及拥有梦幻极光的极地地区。

加拿大一周游路线概览

目的区域	游玩城市	区域特色	行程安排
安大略湖	多伦多、尼亚加拉、渥太华、魁北克城、金斯顿	加拿大安大略湖周边的代表城市是多伦多、渥太华，这两个城市各有特色；枫叶走廊沿线美景更著名，游玩各大景点同时欣赏枫树林之壮观，颇有乐趣	在加拿大旅游最难忘的路线是多伦多—尼亚加拉—渥太华；如果偏爱宁静小城，可增加金斯顿；如果喜欢枫叶走廊，可以租车自驾前往
落基山脉	温哥华、班夫、纳奈莫、维多利亚	加拿大的落基山脉，随处可见风景迷人的国家公园，这些公园里的景观自然天成，野生动物自由活动，非常吸引游客	在落基山脉最著名的路线是温哥华—班夫—维多利亚：让人流连忘返的都市，养生游乐的公园，颇具法式风情的浪漫小城，三个地点，三种风情
北极地区	蒙特利尔、耶洛奈夫、怀特霍斯、道森市、埃德蒙顿	加拿大的北极地区幅员辽阔、人烟稀少，却拥有丰富的矿藏、受人喜爱的宝石、如梦如幻的极光，这些都吸引着游客前来体验	耶洛奈夫俗称“黄刀镇”，是加拿大最容易观赏到极光的地区之一，怀特霍斯被称作“白马市”，自然风貌让人印象深刻，蒙特利尔—耶洛奈夫—怀特霍斯是一条很棒的游览路线